



NUTRASPECT

YOUR FITNESS JOURNEY STARTS HERE

NutrAspect

NutrAspect è un **applicativo web** che fornisce servizi per il tracking della propria nutrizione, andamento del peso corporeo e dell'idratazione avendo sotto controllo tutti i parametri importanti.

The screenshot displays the NutrAspect web application interface. The main dashboard includes a 'Daily summary' table, a 'My Daily Macro Consumption' donut chart, and lists of meals: Breakfast, Dinner, and Snacks. A sidebar on the right shows 'Add Food' with a search bar and a list of matching foods.

Daily summary

Nutrients	Total	Recommended	Reached Daily
Calories	1408	1133	124%
Carbohydrates	54	113	47%
Proteins	112	84	133%
Fats	71	37	191%

My Daily Macro Consumption

Donut chart showing: Carbohydrates (51.5%), Proteins (35.8%), Fats (12.7%).

Breakfast

Food	Quantity	Carbohydrates	Protein	Fat
Milk (whole)	200 gr	10 gr	6 gr	6 gr

Dinner

Food	Quantity	Carbohydrates	Protein	Fat
Egg	120 gr	1	15	13
Egg white	100 gr	1	11	0

Snacks

Food	Quantity	Carbohydrates	Protein	Fat
Pear	120 gr	18	0	0

Launch

Food	Quantity	Carbohydrates	Protein	Fat
T-bone	320 gr	0	76	51
Bread (Whole Wheat)	50 gr	24	4	1

Add Food

Search our food database by name:

Search Search

[The food you are looking for is not present? Add your own](#)

Matching Foods:

- Croissant**
100 gr: 406 cal 46 carb 8 protein 21 fat
- Focaccia**
100 gr: 250 cal 36 carb 9 protein 8 fat
- Butter**
100 gr: 717 cal 0 carb 0 protein 81 fat
- Honey**
100 gr: 304 cal 82 carb 0 protein 0 fat

Food Name

NutrAspect - Servizi

Alla data attuale, NutrAspect supporta i seguenti **servizi**:



Selezione alimento



Monitoraggio acqua



Gestione profilo



Controllo del peso



Aggiunta cibo
dall'utente



Monitoraggio valori
nutrizionali



Obiettivi
personalizzati

NutrAspect – Gli admin

Potendo ogni utente richiedere l'aggiunta di un alimento, l'**admin** svolge un ruolo fondamentale per **filtrare** per **verificare** quanto aggiunto dall'utente.

New Food Requests

[Search](#)

Smoked salmon 100 gr: 117 cal 0 protein 18 fat	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Ham 100 gr: 145 cal 1 protein 21 fat	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Yogurt (greek) 100 gr: 115 cal 2 protein 6 fat	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Food in DataBase

[Search](#)

Beef 100 gr: 250 cal 0 protein 26 fat
Steak 100 gr: 134 cal 0 protein 21 fat
T-bone 100 gr: 247 cal 0 protein 24 fat
Porkchop

NutrAspect – Gli utenti

Gli **utenti** sono i maggiori fruitori dei servizi precedentemente elencati.

The screenshot displays the NutrAspect web application interface. On the left, a sidebar titled "Your personal info" contains a form to "Update your personal info". The form includes input fields for Name (Olimpia), Surname (Pisano), Email (olimpiapisano@email.com), and Birthday date (19/07/1957), with a "Submit" button at the bottom. Below this is a link to "Update your password" with a plus icon. The main content area on the right features a "Weight update" section with a text input for weight and an "Update" button. Next to it is a "Current Weight" summary showing the last weighed weight as 82.0Kg and a goal weight of 80Kg. At the bottom is a "Weight chart" line graph showing weight trends over time.

Your personal info

Update your personal info

Name:

Surname:

Email:

Birthday date:

Weight update

Add your current Weight

Updating your weight frequently helps you keep track of your progress and to better understand your goal

Weight

Current Weight

The last time you updated you weight, you weighed **82.0Kg**

Your goal weight is **80 Kg**. You lost **11 Kg**. Keep going!!

Weight chart

Date	Weight (Kg)	Goal Weight (Kg)
31/08/2021	93	80
03/09/2021	90	80
04/09/2021	75	80
07/09/2021	82	80

Ogni funzionalità
potrà essere acceduta
facilmente sempre in
pochi click

NutrAspect – Le tecnologie

Le **tecnologie** utilizzate per la realizzazione di NutrAspect, oltre **HTML5**, **CSS3** e **Javascript**, sono le seguenti:

- Flask (Python)
- Bootstrap
- Docker
- Google Charts
- MongoDB Community Edition
- pyMongo

NutrAspect – Flask, Bootstrap

- **Flask** è un micro-framework scritto in **Python**, basato sullo strumento **Werkzeug WSGI** ed il motore template **Jinja 2**. Definito «micro-framework» in quanto è un nucleo semplice ma estendibile, permettendo l'uso di estensioni per la validazione di forms, tecnologie di validazione (**Flask_login**) e altro
- **Bootstrap** è un framework per la creazione di siti ed applicazioni web fortemente orientato verso i **dispositivi mobili**. Bootstrap è stato scelto principalmente per la **compatibilità** con le ultime versioni di tutti i principali browser

NutrAspect – Docker

- Tramite **Docker**, usando uno script **composite**, vengono generate due **immagini** Docker, dalle quali vengono avviati i due **container**. Tramite questo processo possiamo isolare, come di buona norma, ogni processo nel proprio container: nel caso specifico un container avrà la funzione di mantenere e gestire il database MongoDB, mentre un altro container avrà il compito di gestire la web application

NutrAspect – MongoDB, pyMongo

- Per questioni di portabilità e di funzionalità offline, è stata scelta la versione **MongoDB** in locale piuttosto che la sua controparte online, **MongoDB Atlas**: il progetto è stato comunque progettato tenendo in considerazione un futuro utilizzo di MongoDB Atlas, rendendo il processo molto più intuitivo
- **pyMongo** è una distribuzione **Python** che contiene gli strumenti per lavorare in maniera molto **semplice** con MongoDB

NutrAspect – TODO

NutrAspect è stato progettato tenendo in considerazione eventuali **feature** che in **futuro** potrebbero essere implementate:

- **Automatizzazione** per l'inserimento di un alimento tramite **API** esterne
- Inserimento di un piano d'abbonamento **premium**
- Renderla da semplice Web App ad una **Progressive Web App**
- Integrazione con applicazioni di tracking per **attività sportive**

Grazie per l'attenzione